09 1990

1 6 0

ТУ-19-241-82

7

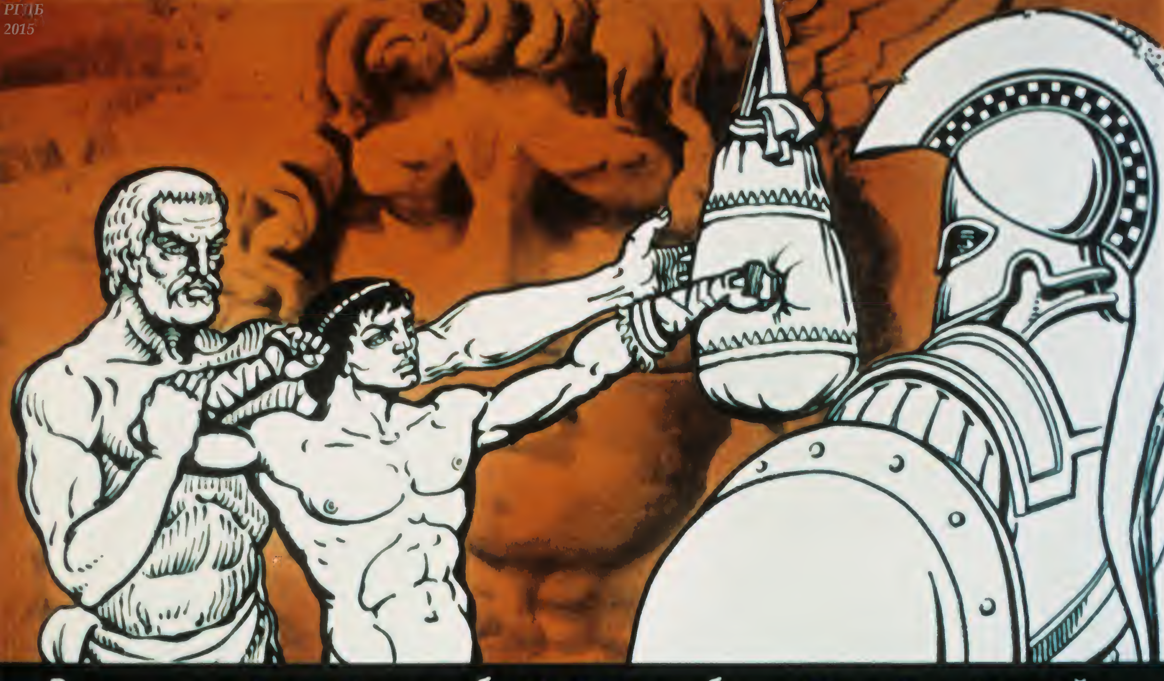
1


студия
ДИАФИЛЬМ

02—3—060



ИЗ ИСТОРИИ РУКОПАШНЫХ БОЁВ



В истории народов мира боевые единоборства играют важнейшую роль. В поединках отстаивали честь и достоинство, защищали добро в борьбе с силами зла. Повсюду отцы стремились воспитать сыновей сильными, мужественными, способными постоять за себя.



Всенародной известностью и любовью пользовались прославленные борцы, мастера кулачного боя, фехтовальщики. В древней Элладе скульпторы ваяли портреты победителей Олимпийских игр.



В Элладе рукопашный бой без оружия, *панкратион*, входил в программу Олимпийских игр. Бойцам разрешалось применять практически любые приемы.



Кулачный бой, прообраз современного бокса, считался более опасным видом спорта, чем *панкратион*. Вместо перчаток атлеты использовали тяжелые сыромятные ремни, намотанные на руки.



Современная классическая борьба также обязана своим происхождением греческим мастерам, усердно тренировавшимся в спортивных залах—палестрах. Правила борьбы исключали все виды ударов.



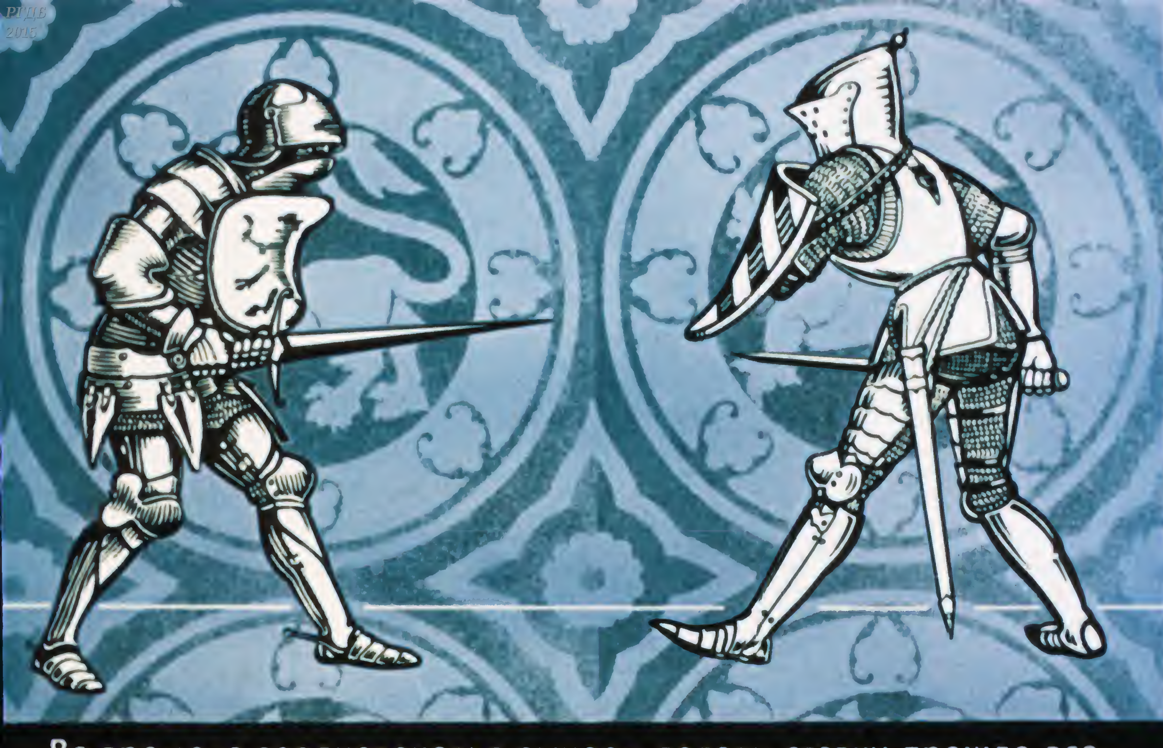
Историки древности не раз отмечали великолепную физическую подготовку греческих воинов. В веках живет предание о том, как триста спартанцев в 480 году до нашей эры остановили в неравной битве у Фермопил многотысячную армию персов.



Древний Рим наследовал от этрусков жестокий обычай гладиаторских боев. Для гладиатора единственным шансом уцелеть в кровавых побоищах на арене была упорная ежедневная тренировка. Многие секреты подготовки бойцов в гладиаторских школах еще не разгаданы.



В памяти потомков остались имена народных героев, отважно сражавшихся против притеснителей и захватчиков. Одним из них был вождь восставших рабов Спартак.



Во времена средневековья рыцари делали ставку прежде всего на физическую мощь и тяжелое вооружение.



Впрочем, английские йомены, французские и немецкие крестьяне в годы народных восстаний не раз доказывали, что ловкость и сноровка стоят любых стальных доспехов.



В X—XI веках скандинавские викинги наводили ужас на приморские страны Европы. Небольшие дружины захватывали города Англии, Франции, Италии, рассеивая целые армии.



Исстари силой и удалью славились русские богатыри. Былины донесли до нас рассказ о том, как в смертельной схватке Никита Кожемяка одолел гиганта-печенега, добыв победу дружине князя Владимира.



Народная память хранит образ Евпатия Коловрата, который настиг с малой дружиной войско Батыя и в поединке рассек до седла племянника хана.



В жестоких боях с кочевниками закалялась ратная доблесть русских витязей, ставших «щитом Европы».
В битве на поле Куликовом решались судьбы Руси.

15



Любили на Руси молодецкие потехи. По праздникам сходились удальцы побороться на поясах, помериться силой в кулачном бою.

Не померкнет в веках слава героев Бородинской битвы.

«Изведал враг в тот день немало,
Что значит русский бой удалый,
Наш рукопашный бой!»





Удивительная наука рукопашного боя была создана на Востоке. Из рода в род передавались традиции индийских воинских искусств в касте кшатриев. На юге Индии зародилась уникальная система боевых единоборств *калари-пайят*.



Уже в древнейших мифах и сказаниях народов Дальнего Востока встречаются описания приемов рукопашного боя, применявшихся богами и героями в борьбе против сил зла.



Многие школы борьбы древнего и средневекового Китая были изобретением даосских мудрецов, которые старались открыть секреты внутренней гармонии и активного долголетия.



Школа *тайцзи-цюань* (великий предел) пользуется популярностью и в современном Китае. Ее цель—пробудить скрытую энергию человеческого организма.



Другая даосская школа, *ба-гуа* (восемь триграмм), основывается на магической символике древней «Книги перемен». Принцип круговращения определяет траекторию всех перемещений, ударов и блоков.



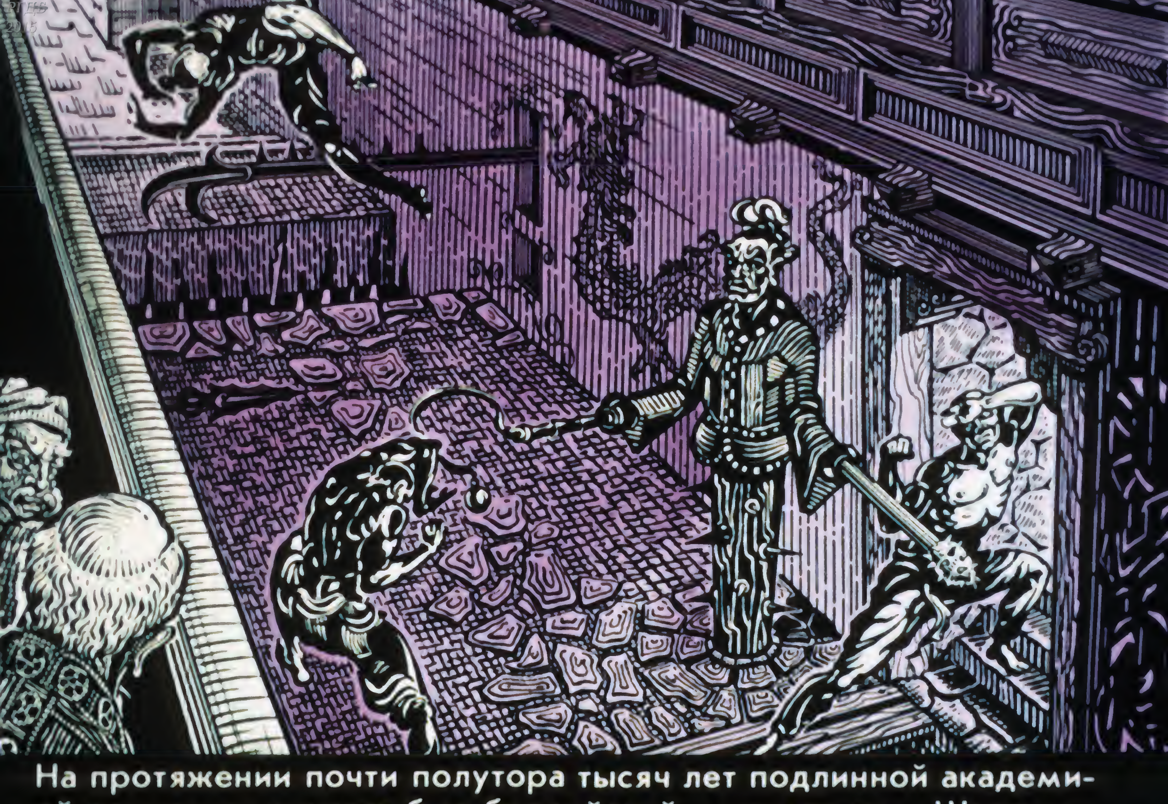
В средневековом Китае на основе различных систем рукопашного боя сформировалось искусство фехтования на мечах, включавшее в свой арсенал комплексы сложнейших приемов.



Мыслители древнего Востока стремились превратить искусное владение оружием и приемами борьбы в средство всестороннего совершенствования личности и гармонического развития. Осознав свою силу путем упорных ежедневных тренировок, человек должен был прийти к осуждению насилия.



Одним из важнейших источников создания школ воинских искусств *у-шу* было наблюдение за повадками рассерженных животных. Так возникла знаменитая школа Птицы и Змеи в горах Удан.



На протяжении почти полутора тысяч лет подлинной академией воинских искусств был буддийский монастырь Шаолинь. Обучение заканчивалось экзаменом в «Коридоре смерти».



В школах *у-шу* разрабатывались сложнейшие методики тренировок на выработку скоростно-силовых качеств, выносливости, координации движений.


Школа Дракона против школы Тигра.

Вопросы приоритета решались, как правило, поединком мастеров. Обычно они проводились без оружия, так как считалось, что владение оружием—лишь дополнение к основным приемам борьбы.



Изобретение школы *фо-цзя*, использующей в качестве оружия только ноги, приписывается легендарной деве-воительнице.



В XVII веке после захвата Китая маньчжурами монастырь Шаолинь долгое время оставался штабом сопротивления. Лишь в 1723 году маньчжурам удалось разгромить монастырь и уничтожить 128 его защитников.



Борьбу против иноземного владычества продолжили члены многочисленных тайных обществ. Организованное руководителями школ *у-шу* Боксерское восстание 1899—1901 годов было потоплено в крови объединенными силами империалистических держав.



В Корее воинские искусства распространились в конце I тысячелетия в среде военной элиты—хваранов. *Тэкён,* борьба голыми руками против вооруженного противника, совершенствовалась веками.



Во Вьетнаме получил распространение национальный комплекс боевых единоборств *вьет во-дао.*



Среди прочих «звериных» стилей *вьет во-дао* выделяется динамичная школа Петуха—изобретение вождя тайшонского восстания Нгуен Лы.



В Бирме из сплава национальных и заимствованных из Китая элементов родилась борьба *бандо*.



В Таиланде традиционным видом боевого единоборства считается так называемый *«тайский бокс»* с использованием ног, который стал любимым зрелищем простого народа.



Немало экзотических видов боевых единоборств дала миру Япония. Едва ли не самый оригинальный из них — *сумо*, театрализованный матч гигантов, вес которых достигает 200 килограммов.



В средневековой Японии в системе подготовки воина-самурая особую роль играло искусство фехтования на мечах — *кэндо*.



«Если у тебя нет ни меча, ни копья, пусть твоим оружием станут руки, ноги, все тело!»—учили мастера *дзю-дзюцу*.



В Японии, как и в Европе, палка служила самым надежным оружием на все случаи жизни. Разница лишь в том, что изучать технику боя на палках в Японии полагалось не менее трех лет.



В самурайских школах воинских искусств изучали и всевозможные виды «нестандартного» оружия. В семьях самураев даже женщины обязаны были владеть алебардой и кинжалом.



Хитроумными системами рукопашного боя овладевали ниндзя—лазутчики средневековой Японии, составлявшие особую касту профессиональных наемников.



Ниндзя виртуозно пользовались всеми видами оружия, а также секретным арсеналом метательных средств: серпами и «кошками» на цепях, стрелами, кинжалами, метательными лезвиями.



В средневековом королевстве Рюкю под влиянием китайских школ получило развитие искусство рукопашного боя *окинава-тэ*. В начале XVII века, после захвата Окинавы японцами, мастера этой борьбы организовали отпор интервентам.



В ответ на запрет иметь холодное оружие крестьяне пускали в ход цепы для обмолачивания риса и рукояти ручных жерновов. Впоследствии излюбленные виды подручного оружия жителей Окинавы были включены в программу спортивного *каратэ.*



В конце XIX—начале XX века на основе старых школ *дзю-дзюцу* оформились современные воинские искусства. Всемирное признание получило *дзю-до*, ставшее олимпийским видом спорта.



В *аики-до* наиболее эффективными приемами считаются болевые захваты рук с последующим броском и удержанием. 47



Каратэ—вид единоборства, представляющий синтез классических японских и китайских воинских искусств.



Поединок мастеров в современном спортивном *каратэ* включает целые серии сложных приемов и представляет захватывающее зрелище.



Один из колоритных моментов подготовки к матчу *каратэ* — так называемые «пробы на разбивание предметов», *тамэсивари*.



Капоэйра—бразильская разновидность боевых единоборств—удивительно напоминает китайские *у-шу* и японское *каратэ*. Этот вид борьбы с использованием множества акробатических элементов изобрели в XVIII—XIX веках рабы, искавшие защиты от произвола белых плантаторов.



В наше время появляется все больше синтетических видов борьбы, которые включают лучшие достижения различных национальных систем. Ярким примером может служить советское *самбо*, завоевавшее популярность во всем мире.



Во многих странах сегодня обучение древним видам боевых единоборств служит средством воспитания силы, мужества и стойкости. Немало спортивных наград на счету советских борцов и боксеров.



Традиции рукопашных боев живут и в современных спортивных единоборствах.

КОНЕЦ



Автор *А. ДОЛИН*
Консультант *Л. АЛАЕВ*
Художник *В. ТОЛСТИКОВ*
Художественный редактор *В. ПЛЕВИН*
Редактор *В. КРЕМЕНЬ*

103062, Москва, Старосадский пер., 7

Д-232-87